

令和七年度  
中学生人権作文集

(第44回全国中学生人権作文コンテスト静岡県大会)



人権イメージキャラクター  
KENあゆみちゃん



人権イメージキャラクター  
KENまもる君

静岡県方法務局  
静岡県人権擁護委員連合会

法務省人権擁護局長  
全国人権擁護委員連合会会長 感謝状贈呈校

令和三年度

焼津市立東益津中学校  
島田市立島田第一中学校  
島田市立金谷中学校  
伊東市立門野中学校  
伊東市立中伊豆中学校  
伊豆市立天城中学校  
伊豆の国市立大仁中学校  
清水町立南中学校  
浜松市立中部中学校  
浜松市立曳馬中学校  
浜松市立蜷塚中学校  
浜松市立神久呂中学校  
浜松市立雄踏中学校  
浜松市立北星中学校  
浜松市立水窪中学校  
聖隷クリストファー中学校  
森町立森中学校  
静岡市立蒲原中学校  
牧之原市立榛原中学校  
焼津市立小川中学校  
沼津市立金岡中学校  
富士宮市立北山中学校  
富士宮市立上野中学校  
南伊豆町立南伊豆中学校  
浜松市立西部中学校  
浜松市立新津中学校  
浜松市立江南中学校  
浜松市立北浜東部中学校

令和五年度

令和六年度

令和七年度

函南町立函南中学校  
浜松市立八幡中学校  
浜松市立麗玉中学校  
浜松市立春野中学校  
湖西市立白須賀中学校  
浜松日体中学校  
浜松市立庄内中学校  
浜松市立浜北北部中学校  
浜松市立清竜中学校  
浜松市立佐久間中学校  
袋井市立周南中学校  
牧之原市立相良中学校  
沼津市立第二中学校  
伊豆の国市立長岡中学校  
小山町立須走中学校  
下田市立下田中学校  
東伊豆町立熱川中学校  
河津町立河津中学校  
南伊豆町立南伊豆中学校  
松崎町立松崎中学校  
西伊豆町立西伊豆中学校  
浜松市立中部中学校  
浜松市立篠原中学校  
浜松市立佐北部中学校  
磐田市立神明中学校

中央大会推薦による同感謝状贈呈校

令和三年度

令和四年度

令和五年度

令和六年度

令和七年度

浜松市立北部中学校  
長泉町立長泉中学校  
三島市立中郷西中学校  
静岡県立浜松西高等学校中等部  
焼津市立小川中学校  
浜松市立高台中学校  
浜松市立北部中学校  
長泉町立長泉中学校  
袋井市立袋井中学校

※ 法務省人権擁護局長・全国人権擁護委員連合会会長感謝状は、作文コンテストに多数の応募をいただいた中学校及び中央大会へ推薦された代表作品の応募者が在学する中学校などに対して、中央大会の主催者から贈呈しているものです。  
〈過去5大会について掲載しています〉

第四十四回

全国中学生人権作文コンテスト

静岡県大会入賞作文集

静岡県 地方法務局

静岡県人権擁護委員連合会

## は し が き

基本的人権とは、だれもが幸福な生活を送るために一人一人が生まれたときから平等に持っている大切な権利です。そして、この人権が守られ、尊重される社会をつくるためには、国民一人一人が、人権とは何か、人権の尊重とはどういうことかということをも真剣に考え、日常生活の中で、それを不断に実行していく努力をしなければなりません。

法務省と全国人権擁護委員連合会では、人権尊重思想の普及高揚を図るために様々な啓発活動を行っており、その一環として昭和五十六年度から「全国中学生人権作文コンテスト」を実施し、本年度で四十四回目を迎えました。この作文コンテストは、次代を担う中学生に人権問題について作文を書いてもらうことによって、人権尊重の重要性、必要性についての理解を深めるとともに、豊かな人権感覚を身につけてもらうことを目的として実施しているものです。

静岡地方法務局と静岡県人権擁護委員連合会では、毎年、同作文コンテストの静岡県大会を実施しています。本年度は、県内の中学校一五一校から六、七二〇編に上る作品が寄せられました。その内容は、いじめ問題を中心とした子どもの人権問題に関するもの、LGBTQに関するもの、障害のある人・高齢者・外国人に関するもの及び戦争や平和に関するものが多くありました。御応募いただいたいずれの作品も人権問題を正面から受け止め、それらを中学生の純粋な目で観察し、自分はどうあるべきかを力強く語っているものばかりでした。

学校の勉強や部活動等で多忙な日々の中にありながら、「人権」の大切さに思いをめぐらせて御応募いただいた中学生の皆さんに深く感謝いたします。

この作文集は、静岡県大会に寄せられた作品の中から選ばれた二十編を収録したものであり、この作文集を一人でも多くの方々に読んでいただくことで、人権尊重の輪が更に大きく広がることを願ってやみません。

結びに、今回の人権作文コンテスト静岡県大会の実施に当たり、多大な御支援、御協力を賜りました静岡県教育委員会、市町教育委員会、静岡県私学協会及び各中学校並びに株式会社静岡新聞社、静岡放送株式会社、日本放送協会静岡放送局、株式会社エスパルス、株式会社ジュビロ、株式会社藤枝MYFC及びアスルクラロスルガ株式会社等の関係者の方々に對しまして、厚く御礼申し上げます。

令和八年二月

静岡 地 方 法 務 局 長 **八木下 孝 義**

静岡県人権擁護委員連合会会長 **津 田 薫**

〈令和7年度審査員〉

静岡県教育委員会教育政策課人権・教員育成室長

株式会社静岡新聞社編集局社会部副部长

日本放送協会静岡放送局コンテンツセンター長

静岡地方法務局長

静岡県人権擁護委員連合会会長

静岡県人権擁護委員連合会男女共同参画社会推進委員会委員長

静岡県人権擁護委員連合会こども人権委員会委員長

静岡県人権擁護委員連合会高齢者・障がい者人権委員会委員長

(順不同敬称略)

中山 靖子

宮坂 武司

長尾 吉郎

八木下 孝義

津田 孝薫

下石 精子

森口 康裕

大橋 弘明

# 目次

- ◇ 最優秀賞（静岡地方法務局長賞）  
聞こえない世界……………袋井市立袋井中学校 三年 阿部 彩子……………6
- ◇ 最優秀賞（人権擁護委員連合会会長賞）  
認め合える社会……………清水町立清水中学校 二年 ゴージャアン……………9
- ◇ 特別賞（静岡県教育委員会教育長賞）  
見えない壁……………浜松市立新津中学校 二年 内山 さゆり……………12
- ◇ 特別賞（静岡新聞社・静岡放送賞）  
自分を信じることの大切さ……………伊豆の国市立長岡中学校 三年 後藤 恵介……………15
- ◇ 特別賞（NHK静岡放送局賞）  
過去の私と今の私……………掛川市立城東中学校 三年 熊切 真奈……………18
- ◇ 特別賞（清水エスパルス賞）  
私たちをつなぐ橋……………富士市立大淵中学校 三年 沖田 葵……………21
- ◇ 特別賞（ジュビロ磐田賞）  
肌色の壁……………磐田市立磐田第一中学校 三年 河合 真緒……………24
- ◇ 特別賞（藤枝MYFC賞）  
小さな声でも届くと信じて……………浜松市立新津中学校 三年 夏目 茉依……………27

◇ 特別賞（アスルクラロ沼津賞）

「多元的視点」……………学校法人静岡理工科大学星陵中学校 三年 池野 倫太郎……………30

◇ 奨励賞

同じ星に住む仲間……………	牧之原市立榛原中学校	三年	關	ひかり……………	33
人権について考える……………	吉田町立吉田中学校	三年	鈴木	星以良……………	36
僕の大切な相棒……………	伊豆の国市立大仁中学校	二年	山本	瑛翔……………	39
私の祖父……………	長泉町立長泉中学校	二年	樫山	綾音……………	42
弟と歩む日々と支えあう社会……………	学校法人静岡理工科大学星陵中学校	三年	森田	朔矢……………	45
夢を諦めず、助け合う世界に……………	下田市立下田中学校	二年	武藤	実佑……………	48
障がいはその人の個性……………	南伊豆町立南伊豆中学校	二年	越智	愛……………	51
認知症の祖母……………	浜松市立麗玉中学校	三年	中村	遼斗……………	54
勇気をもって……………	学校法人日本体育大学浜松日体中学校	一年	波多野	杏奈……………	57
誰もが生きやすい世の中へ……………	掛川市立大須賀中学校	三年	宇津山	楓……………	60
「ハンデ」があったとしても……………	袋井市立袋井中学校	三年	寺岡	由奈……………	63

注

原文を忠実に再現することを基本としています。編集者において、誤字、脱字等の訂正をしている箇所がありますので、あらかじめ御了承願います。  
なお、編集にあたっては、本人の了解を得て掲載しております。

## 最優秀賞

(静岡地方事務局長賞)

### 聞こえない世界

袋井市立袋井中学校

三年 阿部 彩子

「音が聞こえにくい」その世界が私の「普通」で始まりました。私は生まれたときから耳が不自由で、補聴器をつけて生活しています。補聴器を外したときは、自分の声も、車の走る音も、どこかで何かが作動している音も、何も聞こえません。たまに音が聞こえることもありますが、それは響きがなく、ピアノの余韻が途中で消えたときのような感じの聞こえ方です。少しもどかしい世界になります。一方、補聴器をつけた瞬間、その無音の世界にはたくさんの音が流れ込んできます。車の雑音、服が擦れる音、髪が補聴器に触れる音、自分の呼吸音、さらには風の音までもが鮮明に聞こえてきます。人は様々な音の中で「聞きたい音」や「声」を無意識に聞きとり、その他の音は無意識に聞き取らないことができるようです。ですが、私にはできません。音楽の授業では補聴器の近くに手を当てて音を拾おうとすると、先程まで聞いていた音とは異なる音階で聞こえてきます。おかしいな、と疑問を抱き、どの音が「本当の音」なのかを知ることができないまま生きるのは非常に酷烈なことだと思えます。

私の家族の中に、私よりも重い難聴を抱えている兄がいます。自分の身近に自分と同じ悩みを持っていて、私の悩みを理解してくれる人だというだけで安心できる部分があり、その事実が私の人生の大きな支えになっています。わたしたち兄妹は、会話をするとき、相手の口元を見ます。読唇術をするためです。相手の口を見ながら、どの母音を基にして子音を発しているかを判断します。すると、音が全く聞こえない状況でも話の内容を理解できます。ですが、読唇術は考えたり集中したりする必要があり、私はよく人との会話で早い段階で疲れたなと感じてしまいます。聞こえなかったところは何度も聞き返さなければなりません。そして相手から「もういいや」と言われてしまい、お互いに不快感が残ったまま会話が終わってしまうことがよくあります。ほかにも、

「ほんとに耳悪いよね」

「周りの音がうるさいなら、補聴器外せば」

「歌の音程がずれてる、歌うのが下手だね。」

などの友達同士でふざけ合っていたときに何気なく言われた言葉でも、心には深く突き刺さります。「補聴器をつけていればみんなと同じように音が聞こえる」と誤解されてしまうことが多く、本当は違うよ、ということもどう説明したらいいか分からなくて、「ごめんね」としか言えなかった自分があります。私だって自分の耳で、補聴器をつけずに、みんなと同じように音を聞きたいと小さい頃から何度も願ったことがあります。でも、それは叶わない望みなのだ諦念しています。そんな中、私自身や補聴器を啜うように感じる言葉は悔しくて悲しくて、胸が苦しくなります。このような体験から、人と関わることに嫌悪感を抱くようになりました。その結果、つい避けてしまうことがあります。

そして改めて、補聴器を使っている私たちの悩みに目を向けると、現在、日本では難聴を自覚している人のうち、実際に補聴器を使っているのは、わずか十五・二パーセント程です。「聞こえにくさ」は、自分ひとりで抱えがちで、補聴器を「老化のマーク」「可哀そうな姿」と捉えるエイブリズムが根強く存在します。多くの人に私たちの音の聞こえ方の違いや、目に見えない障害の理解の難しさを知ってもらえるだけで、私たちの心に安心感が生まれます。耳が不自由な世界は想像以上に辛いものです。道徳の授業では一ページで終わってしまうような内容でも、その悩みと一生向き合わないといけない人がいます。それでも授業や日常の中で、ひとりひとりが「音の違い」を感じてくれるだけで、聞こえにくい私たちにも「安心して話せる環境」が生まれます。どうか、耳が不自由な人に出会ったとき、その違いを笑いものにせず、快く迎えてあげてください。その優しさが、私たちにとって本当に嬉しいです。



## 最優秀賞

(人権擁護委員連合会会長賞)

### 認め合える社会

清水町立清水中学校

二年 ゴー ジャ アン

私は中学二年生になってから、あるクラスメイトとあまり話さなくなってしまった。理由は単純だった。彼はみんなと少し違う考え方を持っていて、時には授業中の発言も独特だった。その違いを私は「変わっている」と感じ、心の中で距離を取ってしまった。特に理由もなく、「自分とは合わない」と決めつけていたのだ。しかし、夏休み前に行われた学校行事で、その考えが大きく変わる出来事があった。私たちはクラスごとに「地域の魅力を伝えるポスター」を作ることになり、五人ずつのグループに分かれた。くじ引きの結果、私は偶然にもそのクラスメイトと同じ班になった。正直なところ、その瞬間は少しがっかりした。「やりづらくなりそうだな」と思ってしまった自分を、今でも覚えていいる。班での最初の話し合いはぎこちなかった。私を含む、ほかのメンバーもお互いに無難な意見しか出さず、「観光名所を描こうか」「名物料理にしようか」といった、どこかありきたりな案ばかりだった。そんなとき、彼が静かに手を挙げて言った。「街の歴史を物語みたいにして描いてみたらどう？」最初は「え？」と驚いた。ポスターで物語？私の頭にはなかった発想だった。けれども、彼は続けて

説明してくれた。昔からある橋や古いお祭りの写真を並べて、主人公が町を歩いているような構成にする。そうすれば見る人も飽きずに楽しめる——。その話を聞くうちに、私たち全員が少しずつ乗り気になっていった。その日から、班の雰囲気は大きく変わった。彼は資料を集めるのも得意で、図書室から町の歴史が載った本を借りてきたり、家族に昔の写真を聞いてきたりしてくれた。私たちも、絵を描く子どもたち担当やレイアウト作りなど、それぞれの得意分野を生かすようになった。最初は「やりづらい」と思っていた私たちが、いつの間にか「彼がいてくれてよかった」と思うようになっていった。

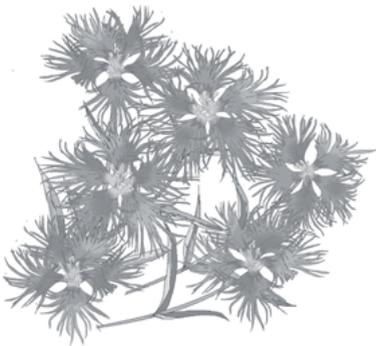
完成したポスターは、予想以上に面白く仕上がった。地域の歴史や文化が物語の中で自然に紹介されていて、見た人が「へえ、こんな場所があるんだ」とつい声を上げてしまうような作品になった。発表会の日、クラスメイトたちからも「新しい感じでよかったよ」「こんな作り方があるんだね」と褒められたとき、私は心の中で彼に感謝していた。

そのとき私は、はっきりと気づいた。私が「変わっている」と感じていた部分は、彼の持つ大切な個性だったのだと。自分と違う考えを持つ人は、間違っているわけではない。むしろ、その違いが集まることで、新しい発想や解決方法が生まれるのだ。

この経験を通して、「違いを認め、活かすこと」も人権を守る大事な姿勢だと知った。国籍、性別、障がいの有無、文化や宗教の違い。これらは、誰かを区別したり壁を作ったりする理由ではなく、お互いの世界を広げる機会になるものだ。ニュースで、外国から来た人への偏見や、障がいを持つ人への誤解が取り上げられるたび、胸が痛む。社会にはまだ、「自分と違う」というだけで人を否定した

り排除したりする場面が多くある。私自身も、無意識のうちに誰かをラベルで判断してしまうことがある。そのたびに、あのポスター作りの日を思い出す。違いを受け入れたとき、私たちの可能性は大きく広がるのだ。

これからの社会は、一人ひとりが違いを恐れず、むしろ楽しむようなものであってほしい。そのためには、まず自分が変わる必要がある。小さな心がけが、差別や偏見をなくす一歩になると信じている。私はもう、「変わっている」という言葉を悪い意味では使わない。違いは欠点ではなく、可能性だ。これからもいろいろな人と出会い、その人らしさを尊重しながら、自分の考えもひろげていきたい。そうやって、違いを認め合える社会の一員として生きていきたいと思う。



## 特別賞

(静岡県教育委員会教育長賞)

### 見えない壁

浜松市立新津中学校

二年 内 山 さゆり

二〇二四年十二月七日、私はこの日、自分の人生にとって大きな衝撃を与えられた出来事に遭遇する。

人権書道コンテストで、「親切」という課題を最優秀賞で受賞した弟の晴れ舞台を見るため、私は家族で表彰式会場にいた。私も書道をやってきて、今回の課題に真摯に取り組み全力で頑張っていた弟の姿勢を知っていたので、私は自分のことのように嬉しく、晴れ晴れした気持ちで見守っていた。

その表彰式の中盤、中学生による人権作文の発表も同時に行われた。受賞者五名の方々が順に自分の作品を朗読していく中、私と同じ中学校へ通う年上の中学生が見事教育長賞を受賞していた。しかし、その方は匿名で本人での朗読ではなく代読だった。せっかく受賞したのに、匿名なのは何か理由でもあるのかなと少し不思議に感じてはいたが、私は同じ中学校に通う見知らぬ先輩の作文を聞いてみたくて期待と緊張で胸がいっぱいだった。

その作文は、男性同士による「同性愛」に関する生き方や考え方を問う内容だった。私は、その内

容に大きな衝撃を受けた。テレビの世界では見たことがあるが、こんな身近に感じる瞬間があるものだとは思ってもみなかったからだ。私は、その生き方や考え方を聞いて、自分の一番身近な男性である、弟で想像してみた。もし、弟と話をしている好きな人が男性だと知った瞬間、私は姉としてどのように反応するのだろうか。気持ち悪いとか、一緒にいたくないとか、感じるものなのだろうか。それは確かに、一番始めに知った瞬間の、その一瞬はきっと声を失うほどの衝撃があるに違いない。その告白に、驚いている自分の顔も想像出来る。まして、私自身が女性であり、好意を抱く相手の属性が男性だから尚更だ。しかし、良く考えてみよう。好きな人が出来たら、相手の性別より何より、その相手がどんな人なのか、どんな性格なのか、そういった内面の方が気になるのではないだろうか。何故、人は同性愛を知った瞬間、見えない壁のような偏見を抱いてしまうのだろうか。私は、弟がもしも今後好きな人が出来た時は、異性だろうと同性だろうと接し方に変わることはないだろう。弟が、好意を抱いた相手を尊重したいし応援したい。むしろ、性別よりも、私の弟は一体どんな人を好きになったのだろうか、どんな性格の人なのだろうと、性別よりも内面を知りたい気持ちの方が強いと思う。これが、人権というのなら、もっと周りも素直で寛容になれば幸せだと思う。しかし、一言で人権と言っても考え方や捉え方が人によって違うことも事実であり、この世の中で生活していくには中々すぐに分かり合うことも難しいだろう。

今回の作文の後半部分では、私も通う中学校の生徒や先生方は、同性愛に対しても寛容な考え方を持つ方が多く、匿名の先輩も公表した上で学校生活を毎日楽しく送れていることがわかったので、私も安心したし嬉しくも感じた。この先輩の気持ちを考えると、長い間家族にも学校にも、本当の意味

での自分というものは存在しなくて、辛い日々を送ってきたのだろう。きっと、公表する上で私たちには想像出来ないような苦悩や苦痛を感じることも多々あっただろう。このような、勇氣ある素晴らしい作文を出品してくれた匿名の先輩を尊敬したい。そして、今回思いも掛けないところで、人権に對して自分事として考えさせられるきっかけを与えて貰えたこと、この作文に出会えたことは、本当に良かった。

『人権Ⅱ人間が人間らしく生きる権利で生まれながらにして幸せになれる権利』という大きな問題定義を聞いて頂いたこの作文と、このような学生の主張をする場を与えてくれたことに心から感謝したい。この世の中で、まだまだ法律や条例など、すぐに変革していくことは難しいと思うが、何よりも目に見える形としてより、目に見えないけれど心の中で、一人一人が本当の意味で相手を尊重し共生していくことの方が、私は重要に感じる。異性だろうと同姓だろうと、乳幼児だろうと高齢者だろうと、健常者だろうと障害者だろうと、心から「人」を愛することが出来る社会になっていけば、後々追って形として法律や条例も変わっていくのだろう。私たちは、今後寛容で優しく開かれた社会のことで生活していけると信じ、これからも毎日学生生活をみんなで楽しく送っていききたい。そして、この先のように言いたいのには言えないで悩んでいる人がいたら、そっと話を聞いて寄り添っていきたいと私は思う。見えない壁のような偏見で覆うのではなく、どんな人でも愛する大切さを心の片隅に持ちつつ、私は共に付き合っていきたい。

## 特別賞

(静岡新聞社・静岡放送賞)

### 自分を信じることの大切さ

伊豆の国市立長岡中学校

三年 後 藤 恵 介

私は中学一年生と二年生のときに、いじめを受けました。最初は、太っていることや顔のことについて笑われたり、陰で「キモい」と言われたりして、辛い思いをしました。でも、それ以上に苦しかったのは、「あいつゲイなんじゃないの?」という噂が広まってからのことです。

その噂が流れ始めてから、特に男子の多くが私を避けるようになり、無視されたり、笑われたり、あからさまに気持ち悪がられるようになりました。話しかけても無視されるし、近くを通ると「触んなよ」と言われることもありました。それまで普通に接していた友達も、次第にいじめに加わるようになり、私は孤立していきました。

「なぜ自分だけがこんな目にあうのか」「どうして生まれてきたんだろう」と、毎日自分を責めるようになりました。そんな私を心配して、友達の一部が先生に相談してくれましたが、先生は表面的な対応だけで、いじめは全くなりませんでした。私は「誰も本気で助けしてくれないんだ」と感じ、どんどん心を閉ざしていきました。

でもある日、自分の中で「このままじゃダメだ」と思い直しました。そして、自分をいじめない数少ない友達とだけ関わるようにし、いじめてくる人たちの言葉に反応しないように努力しました。毎日が辛くても、「自分は悪くない」「自分の価値を人に決めさせない」と心の中で何度も自分に言い聞かせました。

私はこの経験を通して、大切なことに気づきました。それは、いじめは「いじり」でも「冗談」でもないということです。見た目や性格、そして人に知られたくないことまで勝手に広められ、それを理由に人を否定する行為は、許されるものではありません。そしてもう一つ、性的マイノリティに対する偏見が、人を傷つけ、孤立させるということです。

当時の私は、「ゲイかもしれない」と思われることをとても恥ずかしく感じていました。でも今は、「ゲイであること」は恥ずべきことではなく、自分の一部として胸を張っていいことなのだと思えるようになりました。私はゲイです。そしてそれを隠さずに生きることが、周囲の無理解や偏見に少しでも立ち向かうことになると思います。

たとえどんな性的指向を持っていても、人は皆平等で、尊重されるべき存在です。なのに、今の社会には、見た目や噂、性のあり方など「普通」と少し違うというだけで排除しようとする人がいます。そんな社会では、誰も安心して生きられないと思います。だからこそ私は、ゲイであることに誇りをもち、堂々と生きることが大切だと学びました。

もし今、私と同じように「自分には居場所がない」と感じている人がいたら、私は「あなたは一人じゃない」「あなたが悪いんじゃない」と伝えたいです。いじめる側ではなく、いじめられている側

が、どうしても傷つき、苦しみ、声を殺さなければならぬのでしょうか。間違っているのは、差別し、否定しようとする側だと私は思います。

私は、いじめを受けたことによって、人の痛みにも敏感になりました。自分が味わった苦しさを、他の誰にも味わってほしくない。だから私はこれから、自分自身を大切にしながら、同じように苦しんでいる人のそばに立てる人間でありたいと思います。

人にはそれぞれ違いがあります。外見も、考え方も、性格も、性のあり方も。それらを認め合い、支え合える社会こそが、優しい社会だと私は思います。多様な人たちが自分らしく生きられる場所は、誰かが作るのではないです。一人一人が意識し、行動していくことでしか生まれれないと思います。

だから私は、自分の経験を力に変えて、これからも前を向いて生きていきます。そして誰もが「ここにいていいんだ」と思えるような社会をつくるために、自分にできることを一つ一つこなししていきたいと思います。



## 特別賞

(NHK静岡放送局賞)

### 過去の私と今の私

掛川市立城東中学校

三年 熊 切 真 奈

私には、白斑という病気がある。

「なんで肌が白いの。」小学校の時、いろいろな人に言われた。初めて会った人からは毎回言われた。この言葉がすごく嫌だった。道を歩くたびに視線を感じた。下に見られているような感覚だった。この病気は、生まれつきもあれば、後から白い斑点が出てくることもある。私は、元々何も症状がなかったが、小学三年生になった時、急に斑点が出てきた。その時はまだ、自分の容姿を気にかけていなかったが、人に言われるようになってから、少しずつ気になっていった。もともと大好きだった外出も、いつの間にか家から出なくなる日が多くなった。

ある日、部屋にいと階段の下から声が聞こえた。お母さんが「出かけよう。」と言ってきた。本当はすぐく行きたかった。でも、顔のことを気にして、行きたくなかった。最終的に押されて行くことになったけど、やっぱり行きたくなかった。だから、車に乗ったところで「やっぱり行かない。」と言って車を降りた。結局、その日はおばあちゃんと一緒にご飯を食べた。みんな出かけているのに

私だけ。おばあちゃんがいてくれても一人でいるような感じで、寂しかった。

そんなある日、お母さんと二人で話すことがあった。「なんで私だけこの病気があるの。」「みんなは何にもないのに私だけ。」と、すごく責めた。本当は思っていないこともつい言ってしまった。言えなかった小学校でのことも、全部言った。いつの間にか、言葉が涙に変わっていった。でも、全部言えてすっきりしたような気がした。

「あなたの病気は、ただ皮膚が白くなるだけで、あなたよりもっと悩んでいる人はたくさんいる。」お母さんから聞いた時、自分の病気が少し小さく感じた。

何日か日が経って、皮膚科に通うようになった。治療法は、白い部分に紫外線レーザーを当てるものだった。副作用として、肌が赤くなった。触ると火傷しているみたいでヒリヒリした。繰り返しているうちに、病院へ行くことも嫌になった。友達に「赤い部分どうしたの。」と聞かれた。その時の私は、赤いことが恥ずかしくて必死に言い訳をした。でも、嘘をつくのがつらかった。病院へ行くか行かないかで、喧嘩したことも時にはあった。

六年生の春休み。これからはじまる中学校生活に悩んだ。肌が白いことで、みんなから変な目で見られるのではないか。いじめられてしまうのではないか。友達はできるのか。そんな不安でいっぱいだった。春休みはあっという間に終わり、中学校に入学した。中学校は、人数も多くなり初めて会う子もたくさんいた。しかし、みんなとても優しくして今では自慢の友達だ。でも、やっぱり気にしている自分がある。みんなが私に対して気を遣っているのではないかって…。

私は、学校でよく話すタイプだ。だから、みんなは私が悩んでいることなんて知らないと思う。そ

う考えると、みんなを羨ましく感じた。ある日、私は仲のいい子に、自分の病気や外見についてどう思ったか聞いてみた。人は出会って最初の数秒で、その相手に対する印象の大部分を決めてしまうというからだ。でもその友達は、「気にした事がなかった。」そう言ってくれた。私はその時、心のモヤモヤが一瞬で消えた。とはいえ、私が気にしているということは、自分の病気に向き合えてないと思うし、自分に自信がないと感じてしまう。

そんな時、SNSでこんな投稿を見かけた。それは同じ白斑を持っている人の動画だった。その人は、自分の病気を理解してメイクをしていた。私は、その人を見た時、心からかっこいいなと思った。同じ白斑なのに、すごい魅力的に感じたからだ。私はこのSNSを見た時から聞かれたことに対して、自信を持つてこう言えるようになった。「この病気はかわいいそうなことじゃない。」前までの私は、聞かれたらうまく答えられなかった。けれど、今は素直に伝える。そんな私は、今の私が好きだ。

この病気で悩んでいる人は、たくさんいると思う。病気のせいでいじめられたり、辛い思いをしたりすることは多いと思うけれど、強くいて欲しい。私は今も、肌を治すために通院している。家族には色々迷惑かけた。今は感謝の気持ちでいっぱいだ。肌を治し、感謝を伝えたい。だから、これからも頑張って治療したいと思う。

この作文を読んだ人へ。病気はかわいいそうなことではない。ただし欠けているだけ。みんな同じ人間。あなたらしく生きて欲しい。

## 特別賞

(清水エスパルス賞)

### 私たちをつなぐ橋

富士市立大淵中学校

三年 沖田

葵

去年の冬、私のクラスに外国から転校生が来てくれました。転校生を迎える前日の放課後、私は仲のいい友達と教室に残りました。「大淵中学校へようこそ」「よろしくね」といった言葉、富士山やお茶など、静岡県をイメージした絵を黒板いっぱいに描きました。新しい仲間が増えることが楽しみで、胸が高鳴ったことをよく覚えています。そして翌朝、緊張した様子で教室に入ってきた転校生が、黒板を見て小さく微笑んでくれました。その笑顔を見たとき、胸の奥がじんわりあたたかくなりました。最初は言葉が伝わるかどうか不安もあったけれど、タブレットの翻訳機能を使ったり、転校生のRさんが持ってきてくれた母国語が書かれた本と一緒に読んでみるうちに、お互いを理解することができたのです。

そんな中で、ふと、誰かの声が聞こえてきました。

「Rさんって少し変わっているよね。」

そのとき私は、胸がチクリと痛くなりました。「変わっている」ってどういうことなんだろう。そ

もそも「普通」ってなんだろう。と自分に問いかけたとき、戸惑いを感じました。今まであたり前だと思っていたことが、実は「普通」ではないのかもしれないと気づいたからです。私にとっての「普通」と、他の人にとっての「普通」は違います。けれども私は、それでいいんだと思うようになりました。人はみんな違っていい、その違いこそが個性であり、人間らしさなのだと思います。

私とRさんが交流を深めたことで、他のクラスメイトも興味を持ちはじめました。給食の時間に、Rさんの好きな食べ物の話になって盛り上がり、休み時間にみんなでRさんを囲んで話すことも増えていきました。言葉や文化の壁は大きいけれど、「違い」を知ろうとしたり、受け入れたりすることで、その壁は少しずつ、つながりの橋へと変わっていくのだと思います。

この経験を通して、違いを認めあうことの大切さに気づきました。実は、私が「違い」と向き合った経験はこれが初めてではありません。Rさんが転校してくるずっと前、二年前に信頼している友達が私だけに打ち明けてくれました。

「私ね、同じ性の子が好きなんだ。」

そんなふうには見えなかったので、内心はとてもおどろいていました。しかし、本や学校の授業で、心と体の性について考えたことがあったので、その子の気持ちを否定せず、優しく返すことができましたと思います。

「そうなんだね。話してくれてありがとう。これからも変わらずよろしくね。困ったことがあったら相談してね。」

と言ったとき、その子はホッとしたように「ありがとう」と笑顔を見せてくれました。

今になって思えば、そのときの友達は、勇気をふりしぼって話してくれたのだと思います。誰かにわかってほしいと思っただからこそ、私を信じて打ち明けてくれました。あの笑顔を見たとき、私の言葉はしっかり届いたんだなと思えました。あのときの私は受け止められた。そう思えることが、今の私の自信につながっています。

同じ性の人を好きになることも、異なる性の人を好きになることも、誰かを大切に思う気持ちとしてなにも変わりません。自分の心や体に違和感を持っていたとしても、あなたはあなた、自分を大事にしてね、と伝えたいです。人それぞれの「普通」を認め合える社会になってほしいし、私自身もそういう人でありたいと思います。

私はこの二つの出来事を通して、「違い」を恐れず、理解しようとすることの大切さを学びました。「普通」とは、人の数だけあると思います。だからこそ、相手のことを知ろうとする気持ちですが、私たちをつなぐ第一歩になるのだと思います。これからも私は、たくさんの人に寄り添い、周りから頼られるような存在になりたいです。そして、自分とは違う考えや生き方を否定せず、受け止められる人を目指して生活をしていきます。「普通」は人それぞれであること、「違い」は壁ではなく、きっと橋になる。私はそう信じています。

## 特別賞

(ジュビロ磐田賞)

### 肌色の壁

磐田市立磐田第一中学校

三年 河合 真緒

あなたがいつも絵を描くのに使用する道具を見た際に、一番よく使われている色はなんだろうか。人によっても違うと思うが、やはり、「肌色」つまり薄橙色ではないだろうか。人物の絵を描く際に活躍する色だ。私はこの「肌色」に困った経験がある。

私に通っていた小学校は隣に幼稚園があり、年に数回、総合の授業で触れ合う機会があった。その中の一つが二年生が行う「小学校案内」だ。二年生と園児がペアになり、

「ここは体育館だよ。」

「この部屋は本がたくさんあるんだよ。」

と、来年入学する園児たちが、小学校を楽しみにしてもらえるように校舎を案内するという授業だった。私は、もう一人の同級生と一緒に外国人の園児とペアになった。その子は私たちとは肌の色が違い、少し黒い肌の子だったが楽しく会話をし、その授業を無事に終わらせることができた。しかしその後、その授業の振り返りシート記入する際に思いがけない問題に直面した。その振り返りシート

には文章とともに絵も描かなければならなかったのだが、私が当時使っていた十色セットのクーピーには薄橙色、つまり私たち日本人の肌色を表現できる色はあったのだが、園児の肌色を表現できる色がなかったのだ。当時私は薄橙色のことを「肌色」と呼んでいた。しかし、この「肌色」は園児の「肌色」ではなかった。私はどうしたら園児の「肌色」を表現できるのかわからず、もやもやとした気持ちのまま薄橙色と茶色を混ぜ、試行錯誤を重ねたが、園児の肌色にはならなかった。

この出来事が、私の中で大きな疑問となって残った。私が「肌色」と呼んでいた色が、「肌色」ではない人もいること。そして、私たちとは違う「肌色」を表現できる手段がなかったこと。その事実が、私と他の国の人との壁となっていて気がした。調べてみると、世界中には、私たちよりもより色が白い肌の人やより黒い色の肌の人が出て、「肌色」が違うという理由だけで差別が行われていることを知った。しかし「肌色」という外見に少しの違いがあるだけで私たちは同じ人間だ。この「肌色の壁」の存在を知り、私は心が沈んだ。

数年後のある日、テレビで新しいクレヨンのニュースが取り扱われていた。そのクレヨンは赤や青などの一般的な色が入っているのではなく、世界中の人々の「肌色」が詰まっているクレヨンだった。興味を持ち、調べてみたところ、多様性が当たり前になりつつある世界で、個性や文化の違いを「普通のこと」として遊びの中で学ぶきっかけになるようにという願いを込めて開発されたことがわかった。このクレヨンの存在を知ったとき、私はとても嬉しく思った。二年生のときの、あの出来事で感じた壁が取り払われた気がした。

しかし、新型コロナウイルスが発生し流行したことで、また私は自分と他の国の人との壁を感じる

ようになった。ウイルスの発祥地である中国の人や、肌色や容姿が似ているアジア人が世界各国で差別的な発言をされたり、暴力を受けたりしているというニュースを見たからだ。いつ自分も感染するかわからず、不安になり感情的になってしまう気持ちもわかるが、そういった行動があることに悲しく思った。中には大切なことをウイルスによって失ってしまい、怒りをどこにぶつけたら良いのかわからず、こういった行動を取ってしまう人もいるのだろう。しかし、私たちアジア人の中にも同じ思いをしている人がいる。私たちは恐怖の対象ではなく、同じ悲しみを共有できる仲間のはずだ。

現在に至るまで、私たちは他国と、あるいは同じ国の人と戦争をしてきた歴史がある。中には今なお続いている場所もある。しかし、それらの戦争のきっかけは、自分とは違う考えの人や容姿が違う人をよく理解しないまま、相手のことを「怖い人、悪い人」と判断してしまい、攻撃的になってしまふことではないだろうか。確かによく知らないものは怖い。しかし、だからといって知りもしないまま決めつけることは違うことだと思う。私と園児のように話してみると案外違いがないはずだ。だって同じ人間なのだから。世界には、障害や病気をもっている人、違う言語を使う人、違う気持ちや考えがある人など、自分とは違う人が多くいる。そういう人たちのことを理解すること、そして肌色が詰まったクレヨンのように、違いを普通のこととして受け入れること、この二つのことが更に広まっていけば、自分と他人を隔てる壁はなくなるのではないだろうか。

## 特別賞

(藤枝MYFC賞)

### 小さな声でも届くと信じて

浜松市立新津中学校

三年 夏 目 茉 依

人間にはさまざまな権利がある。差別を受けないこと。教育を受けること。自由に考えること。生きること。この人ならいじめてもいい、差別してもいい。そんな人は世界中のどこを探しても一人として存在しない。なぜならこの地球に生まれてきたすべての人に、「人権」というあたりまえの権利があるからだ。

私は最近「人権」について深く考える機会があった。学校の代表として「私の主張」という作文を書いた時だ。「主張」という言葉を聞いた時、私は迷うことなく題材を決めた。それは「障がい者」についてだった。私の学校では時々、「お前障がい者かよ」という言葉が聞こえてくる。少し変わったことをしていたり、周りと違う行動をしている人に対して、からかうような意味で使われる言葉だ。あなたならこの言葉を聞いてどう感じるだろうか。私は障がい者を見下しているようにしか聞こえなかった。

私には生まれつき障がいのある妹がいる。身近にそういう存在がいる人は、きっと多くはないだろ

う。私の学年で知るかぎり、身近に障がいのある家族がいる友達は二人いる。でもその二人が誰かに向かって、「障がい者かよ」と言っているのを私は一度も見ることがない。

私は気づいた。「障がい」について何も知らない人ほど、偏見の目で見たり、からかいの言葉として使ったりしてしまうのだと。知らないことは、人が気づかないうちに無意識の差別に走らせる。だからこそ無知なことがいちばん怖い。

妹の存在を知っている友達にこんなことを言われたことがある。「まいには障がい者かよって言わないようにしてる」きっと気遣ってくれたのだろう。その気持ちはありがたかった。でも、私は違和感を覚えた。私のように身近に障がい者がいる人に言わなければいいということではない。そもそも、この言葉自体が存在してほしくないのだ。その時、私は心から思った。「このまま黙っていてはいけない」と。

ちょうどその頃「私の主張」という作文を書いてほしいと頼まれた。私はこれ以上の機会はないと感じた。この機会に自分の思いをできる限りの言葉でまっすぐ届けたいと。普段の作文は、いつも文字数を埋めることに必死だった。しかし、今回の作文はいつの間にか文字数を超えていた。書き終えたのはたったの三日。けれど、三日分の思いだけではなかった。私がこれまで感じてきたこと、悩んできたこと、考え続けてきたこと、全てを詰め込んだ。

提出後、作文は市内の予選を通過し、発表の機会をもらえた。さらに学校では、私の学年の道徳の授業の教材として特別に使ってもらうことができた。名前は伏せてもらったが授業が終わったあと私の作文だと気づき、声をかけてくれた友達がいた。

その時友達に言われた言葉が心に残っている。それは優しく言ってくれた「こんなこと思ってたんだね」という言葉だった。

その時私は初めて気づいた。自分の頭の中、心の中で考え、思っているだけではいけないのだと。言葉にして相手に伝えようとする姿勢があらゆる物事を改善していくのだと。

私は「作文」という方法で伝えた。他にも方法はある。SNSや動画、スピーチ、絵、音楽。一人に届けばそこからまた次の一人へ思いはつながっていく。

私は「伝えること」も権利の一つだと思う。まわりと意見が違うこともあるだろう。自分の言いたいことがうまく伝わらないこともあるかもしれない。でも、それで諦めるのは、もったいない。

誰かと違う視点を持っているからこそ、生まれる意見がある。伝えることを諦めず、自分の頭で考え、導き出した答えを表現してほしい。

「人権とはなんだろう」そんな問いに私はこう答える「その人を、その人としてちゃんと見ること」たとえ違ってても、バカにしたり決めつけたりしていい理由にはならない。知らないなら知ろうとすればいい。それをまた誰かに伝えていけばいい。

私は障がい者の妹がいることで「お前障がい者かよ」という言葉に悩んだ。けれど、作文を書いて誰かに届いた時、私はこう思った。「伝えるってこういうことなんだ」と。

私一人の声は小さいかもしれない。けれど小さな声だって誰かの心を動かせる。

小さな声でも、届くと信じて。私はこれからも、自分の言葉で、自分の思いを伝え続ける。

## 特別賞

(アスルクラロ沼津賞)

### 「多元的視点」

学校法人静岡理工科大学星陵中学校

三年 池野 倫太郎

目にいっぱい、いまにもあふれそうな涙を隠すように上を向きながら、母は、ぼつりぼつりと言葉を絞り出すように話し始めた。言い表せない緊張感と冷たい空気に一瞬時が止まったかのようだった。二度と経験したくないと強く思ったあの感情がよみがえった。身なりの整った高齢男性が眉間にシワを寄せ、たっぷりと時間をかけて頭のとっぺんから爪先まで鋭く熟視した光景が脳裏に鮮明に映しだされ恐怖に包まれた。心拍数の高まりを感じたが、静かに聴き逃さないようにその声に息を凝らした。

母は大病を患っている。立ち上がることもできない日や、苦しすぎて死にたいとうなされた日もある。しかし、一歩外に出るとほとんど病人とはわからない立ち振る舞いをする。自分でできることは自分でしたいが口癖のように、また自分を奮い立たせるように生活している。それは、病気治療のため、処方された薬を受け取りに行く時の出来事だった。

「車椅子マークの駐車場に駐めたら、にらまれちゃったんだよね。」

加速する心拍数と心臓の鼓動が聞こえそうなくらいだった。またかと思った。すぐに、冷静を装い母に返した。

「見た目だよ。元気に見えちゃうんだろうね。あの駐車場の青い車椅子ゾーンはさ、妊婦とか松葉杖のピクトサインが目立って視覚で周知されているもんね。でも、許可も取ってあるし、許可が出るってことは、概当するんだし。にらんだ人も、知らないだけで、そこに駐める人のための優しい気持ちを持って人なんじゃないかな。ピクトサインに身体の中を表現できないもんね。」

と言ったけれど、コロナ禍でのマスク生活の弊害か、目で感情を読む力を日常で培われた能力は、冷酷に向けられた視線を忘れられずにいた。きっとその状況だったことは、簡単に想像できた。薬剤アレルギーのため、毎回自分で質問しなければならぬから、僕が代わりには行けなかった。僕がいたことで、男性は余計に腹立たしさを覚えたのかも知れない。駐める時からずっとこちらを見ていた。真っすぐに向けられる視線を見ないようにしながらも内心、怖さはあった。母は、地面を確かめるように立ち、ドアを閉めた。男性は立ち止まり一層こちらを凝視した。怒鳴られるのかと恐怖が最高潮に達した。が、さっと目をそらし足早に去っていた。あれ。拍子抜けと安堵の入り交じるこの数分間の感情の起伏はすさまじかった。男性は、降車した後の、僕が母を支えたこと、母が車にもたれかかり、ゼーゼーと息をしながらやと立っている姿を見て察知したのでろう。許可も取り、車にマークも付けている。でも見た目で判断されたことの悔しさは僕の気付きでもあった。

病気になる自分が悪いからと責め、涙を流す姿に、胸が張り裂けそうになった。肉体的にも極限状態にあり、心にも傷を負っている。僕が初めて感じた、あの強い憎しみを思わせる冷酷な眼差しは、

どれだけ深く心に傷を負ったのだろう。僕は、往復してもいいから、薬剤師と話すことを提案したが、断固として譲らなかった。自分でできることは自分でやりたいと言い、数分でできるはずのことも何倍もかかりながら達成していく。わざわざ大変な思いをしなくても僕がやるし、辛いことは避けてあげたいと思った。命に関わったからこそ、人として生きる証として、自分自身として生きる選択をしたかったのだろう。最低限の手助けをして母がやり遂げる喜びを味わうことこそが母という一人の人間を守るのだと感じた。

視覚から得る情報は、脳で迅速に処理される。既にそのものの意味を理解しているからだ。しかし、その既存の意味を持つ以外のことが起きた時、一般と違うことや、常識であるという敵意にも似た感情が生まれてしまったのだろう。日本の社会において、法律としてではなく、暗黙のルールとしての社会倫理は守ろうとする美德でもあり、誇れるものだと思う。僕が抱いた恐怖は男性にとっての正義だったと理解している。そしてまた、男性にとっての正義は、情報不足によっての勘違いだった。人を見た目で判断しない。とよく言うが、経験しなければ、そのものをそのものとしてだけで見てしまい、自分のものさしではかかってしまっていただろう。あたたかな心と思いやれる悠然とした気持ちでお互いに支え合える社会にできるように僕は邁進していききたいと思う。

## 同じ星に住む仲間

牧之原市立榛原中学校

三年 關

ひかり

私の家の近くにはアフリカ系の黒人のビアンカという三歳上の女の人が住んでいました。私の家の近くには同級生の友達が住んでいなかったのですが、ビアンカともう一人の近所の友達がよく遊んでくれていました。兄や姉のような年上の家族にあこがれていた私にとってビアンカともう一人の友達は自慢のお姉ちゃんでした。

ある日、いつものようにビアンカと友達と遊ぶ約束をしていた時でした。ビアンカ達のクラスの男の子達に、

「外人は外人同士で遊んでろよ。」

「ていうか肌黒すぎ。」

と、あきらかに差別しているような言葉を言ったのです。ビアンカが泣き目になってきてしまい、私も怖くて何をしたらいいかわからなくなってしまうていたとき、もう一人の友達が、

「私たちはビアンカが好きだから一緒にいるの。肌が黒いとか、外国人だとか関係ない。ビアンカだっ

て同じ人間だもん。」

と言ったのです。その後は先生がちょうど来て、けんかは終わり、年上の男の子はとももおこられていました。しかし、ビアンカは不登校になってしまい、私達が気がつかない間に自分の国に帰ってしまいました、私達はたくさん泣きました。

「黒人差別」「人種差別」など、この世の中にあってはならないなんてみんなが知っているでしょう。中にはもうこんな問題が解決されたかと思っている人もいるのかもしれませんが。しかし、だんだん少なくなってきた、と表面上感じているだけで裏ではまだまだ解決にはほど遠いということをより多くの人に知ってもらいたいです。あのとときのビアンカのように、この世には見た目だけで判断され、一生残る心の傷を負ってしまう人が、まだまだこの世界には絶えずいるのです。

この作文を書いていて、差別に関係する一つの悲しいニュースを思い出しました。

アメリカの地下鉄で白人の元海兵隊員が黒人の男性の首を絞めて殺害したというニュースです。普通なら処罰が与えられるでしょう。しかし、陪審員は白人の男性に無罪を評決したのでした。

このニュースを見たのは私が小学生のときでした。当時は差別といってもあまり頭に浮かんでこなかったのですが、ニュースのことやビアンカのことを通して、差別についてのことをだんだんと理解してきました。それと同時に、なんで世界にはこんな悲しい出来事がまだ続いているのだろうと悲しい気持ちになりました。

世界には「黒人差別」「人種差別」などの悲しい出来事が絶えず起きています。今の日本や海外でもグローバル化が進み、様々な国からの人が自国ではない外国へ住んでいます。身の周りにも海外の

方が住んでいます。もちろん肌の色が黒色だったり白色だったり。こんなにたくさんの人と関わる  
ことができる幸せな世の中の裏側には、差別やいじめなどがあります。なぜ白人の方がえらいなんて  
決めつけて黒人の方にひどくあたるのでしょうか。見た目の色が少し違う私達と同じ星に住む人間な  
に。この地球を共に支える仲間なのに。

ビアンカのように心優しい子供でも傷つけられたら、一生の傷になってしまふ。そんな世の中で  
いのでしょうか。私は絶対よくないと思います。優しくてなにも悪くない人が幸せに生きられるよう  
見た目だけで人を判断してほしくない。この星に住む仲間です。みんなが互いに認め合う世界になっ  
たらいいなと思います。

「ビアンカが悪く言われていた時、当時なにも言いかえせなくて泣いてしまったことを思い出しまし  
た。そうしたら友達が、

「年上相手に言いかえせないのなんてあたり前じゃん。私だってこわかったし。でもあるとき、私は  
大大好きな友達がちょっと他の子と違うだけで悪くいわれてむかついてたって気持ちの方が強かっ  
たよ。」

といったのです。今でもその友達とは仲が良く私の大好きなお姉ちゃんの一人です。この世界に、友  
達のような考えをもつ人が増えてくれたらうれしいです。そして、これ以上、見た目のことで傷を負っ  
てしまう人が減ることを心の底から願っています。

人権について考える

吉田町立吉田中学校

三年 鈴 木 星良

私は去年、特別支援学校で職業体験をさせていただきました。私はその時、小学3年生のクラスを担当しました。職業体験に行く前は、普通の学校と違う場所で大丈夫だろうかと不安もありました。初めての経験だったので、少し緊張していました。しかし、実際に行ってみると、その不安はすぐに消えました。子供たちはとても個性豊かで、みんなそれぞれの良さを持っていました。中には、大きな音が苦手な子もいて、その子はヘッドフォンをつけて、顔を振りながらリズムに乗って遊んでいました。私は先生に、「音楽が流れているのですか？」と尋ねました。先生は、「いいえ、流れていないけど、その子は自分の好きなリズムを楽しんでいるんだよ」と教えてくれました。そのとき、その子がとても楽しそうにしている姿を見て、私はとても可愛くてほほえましく感じました。また、足が速い子もいて、外遊びではたくさん走り回っていました。弟と同じくらい元気いっぱい、とても楽しそうに遊んでいる姿を見て、自然と笑顔になりました。授業中も、先生たちはそれぞれの子供たちのレベルに合わせて、いろいろな工夫をしながら進めていました。一人ひとりの個性を大切にした教育

のあり方に触れ、学ぶことがたくさんありました。

職業体験前は不安もあったけれど、実際は妹や弟のように可愛くて、心が温かくなる時間を過ごしました。特に、子供たちの個性の豊かさや、笑顔や仕草の一つひとつに、心から癒されました。特別支援学校の子供たちは私たちが思っているよりもっと多くの可能性を持っていて、たくさんの愛情と理解を必要としているのだと感じました。

職業体験を終えた後、その学校の学園祭がありました。私は、担当のクラスの子たちが覚えていてくれているのかなと少し不安に思っていました。でも、実際には、その子たちが私のことを覚えていてくれていて、とても嬉しかったです。みんなに「こんにちは」と声をかけてもらったとき、自分の中にあった不安が一気に消え、心が温かくなりました。

この経験を通じて、私は人権について改めて考えるようになりました。彼らは、体の不自由さや特別な事情があっても、誰かに差別されたり、孤立したりしてはいけないと思います。みんなが平等に、尊重されて生きる権利があることを実感しました。

また、私の家族の状況も人権について深く考えるきっかけになりました。伯母は、28歳の若さで脳動静脈奇形破裂という病気になり、今では寝たきりの生活を送っています。彼女のそばには、祖母が24時間体制で介護しています。祖母は、とても大変な毎日を過ごしながらも、伯母を愛し続けています。祖母の介護を見て、家族の愛や支えが人権を守ることにつながると感じました。

人権は、ただ法律や制度の上だけのものではありません。私たち一人ひとりが、日々の生活の中で、誰かを理解し、受け入れる気持ちを持つことが大切です。例えば、学校で差別やいじめがあったとき

には、声を上げて正すことも必要です。誰もが安心して暮らせる社会を作るためには、自分の考えや行動を見つめ直すことも大切だと気づきました。

また、私が体験した職業体験や家庭の状況から、人権は「誰もが平等に持っている権利」であるとともに、「互いに支え合うこと」の大切さも学びました。特別な状況にある人も、普通に社会に参加し、幸せに暮らしたいと願っています。そのためには、私たち一人ひとりが、偏見や差別をなくし、理解し合う努力を続ける必要があります。今後は、私はこの経験を生かし、人権についての意識を高めたいと思います。学校や地域で、誰もが安心して暮らせる社会をつくるために、自分にできることを少しずつでもやっていきたいです。人権は、決して遠い話ではありません。私たちの身近なところから始まるのだと実感しました。

最後に、私の心に深く残ったことは、「人権は、誰もが持つ権利であり、私たちの行動や思いやりによって守られるものだ」ということです。私たち一人ひとりが、相手のことを理解し、尊重し、支え合うことの大切さを忘れずに、これからも学び続けていきたいです。だから、自分にできることを一つずつ増やし、誰もが笑顔でいられる社会を作るために努力し続けたいと思います。人権を大切に、みんなが幸せになれる未来を目指して、一緒に歩んでいきましょう。

僕の大切な相棒

伊豆の国市立大仁中学校

二年 山 本 瑛 翔

僕には自閉症の兄がいる。兄と僕は双子なので、生まれた時からずっと一緒だ。だからお互いのことをよく知っているし、相棒のような存在だ。

僕は小さい頃からやんちゃで、外で思いっきり駆け回ったり、虫捕りをするのが大好きだった。双子だから何をするにもいつも一緒と思うかもしれないが、兄は正反対だった。家の中でミニカーを几帳面に並べては、自分の視線をミニカーの高さに合わせるように寝ころんでじーっと見つめていたり、外へ出ると、自分の気に入った形の石を黙々と探し歩いたりと僕には理解しづらいこだわりが多かった。母の話では、僕は一歳を過ぎた頃から言葉を覚え、男の子の割には発語が早くおしゃべりで、テレビを見ながら真似をして踊ったり歌ったりしていたそうだ。しかし兄は三歳まで発語が無く、言葉の教室や療育に通っていた。でも僕は不思議と会話のできない兄とコミュニケーションがとれていた。それはきっと生まれた時からずっと一緒に過ごす中で、お互いを観察し合っていたからだと思う。こだわりの強い兄の遊びにつき合ってみると兄なりの遊び方のルールがわかったり、兄の好きな色や形

やこだわりを知ることができた。きっと兄も僕のことを誰よりも理解していると思う。そんな兄のことが僕は大好きで、大切な相棒だと思っている。

小学校へ入学し、兄は特別支援学級へ入った。別々の教室で授業を受けたが、体育の時間や運動会などの行事では一緒に活動することもあった。そんな僕はいつもどこか兄のことが心配で、みんなと同じようにできるかな：ルールや動作がわからないかもしれないと、兄に目配りやフォローをするようになっていた。正直初めはなんで兄はこんなことができないのだろうと思ったり、兄に向けられる周りからの視線が気になってしまう時もあった。でも僕しか兄のことを理解している人はいないのだから力になろうと決め支え続けた。するとだんだん周りの友人が手を貸してくれるようになった。兄がみんなの動作に合わせられず困っていると、嫌な顔もせず丁寧に教えてくれたり、うまくいかず落ち込んで兄が泣いていると、優しく励ましてくれた。一緒に頑張ろう！と力強く兄の背中を押してくれる友人もいた。一見自分達とは違う行動をする変わった子：と思われてしまう兄に対して友人が理解を示し手を差しのべてくれたこと、優しい声かけや励ましをくれたおかげで兄は驚くほど成長したように思う。初めからできないと諦めずコツコツと努力する兄の姿は頼もしく見える。誰に対してもいつも笑顔で挨拶ができ、感謝の気持ちを素直に言葉にできるところも兄の長所だ。

障害の有無に関わらず、相手を思いやり目の前に困っている人がいたら手を差しのべる勇氣と優しさを持っていれば、その気持ちは周りに連鎖して温かい社会になると思う。誰にでも得意なことも苦手なこともあるように、考え方や生き方も人それぞれ違っていて当たり前である。相手の欠点や弱点を探すのではなく、お互いを尊重し思いやり、補い合える社会にしていきたい。そうすれば相手や自

分を大切にできる人になれると思う。  
僕はありのままの相棒を誇りに思っている。



## 私の祖父

長泉町立長泉中学校

二年 縦山 綾音

「行ってきます」

私がそう言っても「行ってらっしゃい」の返事は帰ってこない。きっと今日もおじいちゃんには届いてないだろうなあ。私はそう思いながらも、いつも気にせず家を出る。無視されている訳では無いと知っているからだ。

私が小学校高学年になったころ、おじいちゃんがおかしくなっていることに気付いた。まずは落とし物だったり、持っていたものをどこかになくすことが増え、そこから、家族の言う話に反応しなくなった。さすがにおかしいと思ひ、病院でみてもらうと、重度の耳の悪さからきたボケだった。幸い、まだ認知症の段階まではいっていないらしく、家族はほっとしていた。しかし、ボケたおじいちゃんのアマリの別人さに小学生の私は、今までのやさしいおじいちゃんが消えてなくなってしまうみたいで寂しかった。きっと、私以外の家族も受け入れられなかったんだと思う。私はおじいちゃんとおばあちゃんとも一緒に暮らしているため、嫌でもおじいちゃんの物忘れが原因の、家族とのささいな

ケンカを聞くことが増えた。

私は、今まで通り接しようとして努力した。しかし、おじいちゃんと話すと、話が全く噛み合わない。毎回「なんて？」と聞き返される。最初の頃は、大きな声で言い直していた私だったが、段々と内容を省略して伝えるようになり、必要なことしか言わなくなって、最終的にはそもそも話をしようと思わなくなった。おじいちゃんから聞かれたことには、言葉で言わずに頷くか、首を振るかで反応するようになった。今思うと、私ももう少し優しく接していればよかったのだが、当時の私もこれが精一杯だったと思う。なんだか張り詰めたような空気になった家の中で、意思疎通が困難なおじいちゃんとの接し方がわからなかった。

そんな中である日のこと、私が学校に行こうとしたとき、おじいちゃんに「いつも、行ってきますも言わずに家を出るのやめなよ」といわれた。おじいちゃんは、怒ったことがないくらい穏やかな性格をしている。だからこそ、きつく言われたこの言葉は、私に対して怒っているんだとわかった。そのとき、私は心の底から怒りが湧いてきた。家族みんな私がいっつもちゃんと「行ってきます」をおじいちゃんに言うから家を出ていっていることを知っている。家族がおじいちゃんにあやねはちゃんと言ってるよと説明している中で、そのとき、今までの私の言葉の全てがおじいちゃんには届いてなかったかのような気がして、自分でも抑えようのないくらいの怒りが爆発した。

「おじいちゃんだっていつもいつも、注意してるのに補聴器もつけないで生活して、私の声なんて一言も届いてなんかじゃないじゃん」私はそう一言言い、言ってから罪悪感と怒りは止まらず、他にもひどい言葉をたくさんおじいちゃんに向かって言ってしまった。言われたおじいちゃんの方は、どこ

まで聞こえたのか聞こえてないのか、ぼかんと反論もせず、怒らず、その場で突っ立っていた。ただ、その顔は、とても悲しそうな表情をしていた。

その日はもちろん、母に怒られた。ただ、母はこうなった原因は私達にもあるから、これからはおじいちゃんにちゃんと向き合おうと言った。私も突っ立っていたおじいちゃん表情が頭から離れず、その日を境に、家族みんなでおじいちゃんに向き合うことにした。

それからは、おじいちゃんの方も補聴器をつけてくれるようになり、私は耳が悪くなる前のように、毎日その日にあった面白かったことや、楽しかったことを話すようにした。おじいちゃんはいつも笑ってその話を聞いてくれるようになり、家族で盛り上がり話すことが増えた。おじいちゃんが最初に病院でみてもらったとき、私は、今までのおじいちゃんが消えてなくなってしまったと思った。でも、何があってもおじいちゃんはおじいちゃんだから、これからもっと変わって、私達のことを忘れてしまったとしても、そのたびにおじいちゃんという一人の個性を大切に、形を変えながらも寄り添って行く。それが、私がおじいちゃんに真正面からぶつかってみて学んだ、おじいちゃんとの接し方だからだ。

弟と歩む日々と支えあう社会

学校法人静岡理工科大学星陵中学校

三年 森 田 朔 矢

僕には中学二年の弟がいます。僕の弟は知的障害があり、大きな音が少し苦手です。大きな音が苦手ですが、僕のハンドボールの試合には必ず応援に来てくれるかわいい弟です。そんな弟を通して、平等と支援の意味について初めて真剣に考えるようになりました。

僕は最初に通っていた幼稚園を、弟の支援の先生が必要という理由で、卒業まであと一年というところで転校し、新しい保育園に通うことになりました。その時、僕はサッカーが大好きで幼稚園で友達もたくさんいたので、母に「サッカーを続けたいのになんで？」と聞いたそうです。とても悲しかったことだけが記憶に残っています。母はその時、僕にわかりやすく説明ができなかったと言っていました。

でも、弟に支援の先生がついたことで、幼稚園では描けなかった個性のある絵が描けるようになりました。また、はさみを使うようになり、工作や制作が大好きになりました。また運動会のリレーを先生と一緒に走れるようになって何事も挑戦する喜びを知ることができたのです。

弟は今支援学級にいます。行事があるたびに、僕も大縄跳びやダンス、リレーの練習、宿泊訓練の荷物の詰め方の練習、卒業式の歌や入場行進の練習に、弟の見本となって教えて、家族一丸となってサポートしています。家族みんなで弟を応援し続けています。行事に向けて何倍もの練習をする弟の姿にいつも誇りを感じています。

学校でも行事前は練習が多く、体調管理が難しい時もあります。そして健常者の何倍も練習が必要で、覚えるまでとても時間がかかります。

それでも全種目には参加できなかったり、通常級の生徒と一緒に行動することが安全上難しくくてできない場合もあります。

そんな中でも弟は支援学級の先生、サポートの先生、放課後デイサービスの先生、塾で勉強を教えてくださいける先生、民生委員の方など本当にたくさんの人に支えられて学校生活を送ることができています。僕と弟は中学校が違うので、一人で歩いて通学するときに困ることがないよう、幼稚園からの僕の友達が弟のことを気にかけてくれています。また、転校先の保育園での弟の同級生の見守りや、小学校から支援学級で一緒だった弟の親友が、お互いに頑張る力になっていると感じています。このように弟が支援学級に通う中で、たくさんの先生や友達、地域の方々を支えられていることに気づきました。しかし、弟が行事に全て参加できずにいたり、時には安全上の理由で制限を受ける場面を見ると、まだ課題が多いことを感じます。そこで僕は、自分の身近なところから、小さな変化を起こしていきたいと思うようになりました。

僕の学校には支援学級がないため、弟のような生徒と一緒に活動する時間を設けることは難しいで

す。しかし、行事の内容をすべての人が参加しやすい形に変えることで、多様性のある学校作りを目指すと感じています。そのため、行事をもっと良くするために、家族と相談してみんなで意見を出し合って、僕なりに考えたアイデアを提案してみたいと思います。

また、支援学級の代わりに、僕自身が弟の見本となって支援を行っています。例えば、弟とその友達に電車の乗り方を練習させる際には、楽しく取り組める方法を工夫しています。また、お金の使い方を教える際には、僕が実践してみせることで、弟や友達が自然と覚えられるよう手助けをしています。これらのサポートを通じて、弟が成長する姿を見るたびに、僕も嬉しくなり、どうしたらもっと伝わりやすくなるか、色々と工夫しています。また、将来は社会全体がもっと障害を持つ人たちを支えられる仕組みを作る手伝いをしたいと感じています。弟が笑顔で「次の運動会も楽しみだね」と言える世界を目指して、僕にできることを探し続けます。

今なら、弟が『特別な支援』を必要としていた理由が分かります。弟だけでなく、すべての人が平等に教育を受け、参加する権利を持っています。それを支える仕組みは、家族、先生、そして社会全体によって成り立っているのです。僕自身も、そんな仕組みを支える一員として、小さな行動を起こしていきたいと感じています。

これからも社会全体が支え合う仕組みを持つ必要があると感じました。すべての人が平等に楽しみ、成長できる世界を目指して、僕も小さな一歩を踏み出していきたいと思っています。弟との生活を通して、人権が守られる社会の大切さを実感しました。どんな人もその個性を大切にされ、挑戦する喜びを待てる社会を作るために、僕はこれからも身近なところから行動していきたいと思っています。

## 奨励賞

### 夢を諦めず、助け合う世界に

下田市立下田中学校

二年 武藤実佑

障がいや病気に捉われ、やりたいことを諦めてしまうのはとても辛くて悔しいことだ。

ある日、ふとテレビを見てみると、ある一つのニュースが流れてきた。「注文に時間がかかるカフェ」  
—テロップにはそう書かれており、言葉に詰まりながらも一生懸命に笑顔で接客をする人たちが映っていた。一瞬にしてそのニュースに惹かれ、検索欄に打ち込んでみるといくつかの動画がヒットした。  
一番上に出てきた動画を押してみると、とび込んできた言葉に耳を疑った。

「スタッフ全員が『吃音症』」。

ハッとした。自分も幼少期からの吃音で、やりたいことを諦めてきたからだ。吃音とは、言葉に詰まって出づらかったり初めの音をくり返してしまい、円滑に話せない障がいのことだ。小学校入学前の子どもに症状が現れやすく、発症から三年程度で自然に治る人が多いが百人に一人ほど症状が残る人もいるという。自分も四歳くらいの頃からスムーズに話せなくなり、一番酷かった時よりは緩和したが今でも緊張する場面などでは症状が出てしまう。自分が吃音を自覚したのは小学一年生のとき。

国語の時間に教科書の音読があり、周りがすらすらと読んでいる中、自分一人だけつかえてしまい上手く読むことができなかったのだ。その頃からだろうか、授業でも手を挙げられなくなったのは。学期末の頑張ったことの発表をしたくても、立候補できなかったのは。吃音を理由にやりたいことから逃げてきた。逃げることの悔しさも知っていた。だからあの時、注文に時間がかかるカフェに惹かれたのだと思う。その後も沢山調べて、SNSにアップされている動画は全て見た。追っていくうちに、気付いたことがある。注文に時間がかかるカフェは、当事者はもちろん周りの人をも笑顔にする、大切な取り組みだということだ。自分もこの取り組みに救われたうちの一人。今では自分から、先生やクラスメイトに説明できるようになった。障がいを理由に逃げず、挑戦することの大切さを教えてくれたのは、紛れもなくこのカフェのおかげだ。

将来の夢は、言語聴覚士。今まで何度も諦めようとしてきた夢だった。でも、吃音があったから、この取り組みに出会えたからこそ持つことができた、唯一の夢だ。吃音を持ちながら言語聴覚士を目指すうえで、辛い思いをすることや困難の壁に当たるとは絶対に避けて通れないと思っている。少し不安もある。でも、その壁を乗り越えたからこそその幸せをこの手でつかみたいから。だから、夢が叶うまでは何としてでも絶対に逃げない。誰に何と言われようとも、絶対に諦めたくないと思っている。そして、いつか同じような悩みを抱えている人を助けたい。少しでも楽にしてあげたい。人生が楽しいと思って欲しい。自分もいつか、勇気を与えたいと思っている。こう思えるようになったのも、注文に時間がかかるカフェと出会えたから。とても感謝しているし、同時にとても尊敬している。

この世の中には、障がいや病気で夢を諦めてしまう人が沢山いる。吃音症だけじゃない、いろいろ

な障がいがあり、その分苦しむ人もいる。病気や障がいじゃなくても、人は誰しもが少なからず悩みを抱えている。悩みを持っていない人なんて、存在しないだろう。嫌な思いをしない人生なんてない。だからこそ、辛い思いをした人が次は救う側になって、また助ける側になって。それが続くと、世界は明るくなるはずだし、悩みも隠すことなく誰もがいきいきと活躍できるように思う。障がいや病気があっても、それが重くても軽くても、どんな悩みを抱えていたとしても、それが普通だといえるような社会にしたい。どんな面でもバリアがなく、差別もなく、みんな違うことが当たり前だといえるような、偏見がない世界を創りあげたい。でも、思っているだけじゃなく何か行動を起こさないと変わらないから、未来を担う自分たちが意識を変えていく必要があると考えている。将来、抱えているものを理由に夢を諦めて悔しい思いをする人が減り、明るい社会にできるようにしたい。だから、言語聴覚士になって明るい社会に近づくことができるよう貢献したい。救える可能性のある人は限られてくるが、少しでも多くの人に未来に希望を持ってほしいと思う。自分がそうだったように、勇気が必要としている人は世の中にたくさんいると思う。だから、今度は自分が悩みを持つ人に希望を与える番だ。今まで味わってきた辛い思いも、この先起こるであろう大変な試練も、全部を味方に変えて人生の糧にして乗り越えていきたい。せっかく持てた夢を諦めることはとても辛い。辛い思いをする人がいない、誰もが活躍する世界にしていきたい。

障がいはその人の個性

南伊豆町立南伊豆中学校

二年 越智 愛

私は、障がいのある友達と共に生きるためには障がい者として関わるのではなく、一人の友達として関わっていくことが大切だと思う。なぜなら、障がいはその人が持っている個性であると私は考えるからだ。

私の同級生に車いすに乗っている子がいた。目も生まれつき見えづらく、その子は私たちとはクラスが違う三組、いわゆる「特別教室」に入っていた。そのためその子と関わる時間も少なく、中には話したことがないという子もいた。私の当時の小学校には車いすのためのバリアフリーがいくつもあった。その一つに斜行型段差解消機というのがあった。この機械はいつも付き添いの先生が操作を行っていたのでその子は操作の仕方を知らなかった。

私が四年生のときの話だ。その日の五時間目は移動教室だったため、昼休みに移動が必要だった。その子は移動に時間がかかるためみんなより少し早く教室を出ないと授業に間に合わなかった。昼休みに外で鬼ごっこをして遊んでいると友達とぶつかってけがをしてしまった。保健室で手当てをして

もらって教室に戻ろうとしたときに丁度昼休み終了のチャイムがなった。教室にある五時間目の授業に必要な教科書やファイルをとって急いで向かっていたら、その子が階段の前で困っていた。私もその子とあまり話したことがなかったので、少し気まずいなど思いながら「大丈夫？」と声をかけた。付き添いの先生が途中で他の先生に呼ばれ、斜行型段差解消機の使い方が分からず、一人で階段を上れなくて困っていると話してくれた。私もその機械の使い方が分からなかったので、少し戸惑ってしまった。もう少しで授業が始まってしまうと焦っていると、頭に思い浮かんだのが階段を一緒に上ることだった。全く足が使えないわけではなかったので、その子を車いすから下ろし、手すりにつかまってもらい、肩を貸して一緒に上った。そのとき、その子がほほえんだように私は見えた。

「どうかしたの？」と問いかけるとその子は、友達と関わることに少ない中話しかけてくれて嬉しかった、たまにこのようなことがあるけどみんな先生を呼びにいつてくれて後は先生がやってくれが初めて足を止めて先生に頼らず助けてくれた、みんなができることがわたしにはできないけどそれを一緒に乗り越えてくれたことがすごく嬉しかった、みんなは障がいを持っているからとものすごく気を遣ってくれるが一人の普通の友達として接してくれたのが何よりもすごく嬉しかったと息を吐くように話してくれた。階段の下にある車いすを持って階段を上り、一緒に移動教室へ向かった。気まぐれからと関わることを避けていたが話してみるとものすごく明るく一緒にいてとても楽しくなる子だった。この日に起きた出来事を通して、昼休みにはよく友達と三組に行くようになるほど仲良くなった。

このようなことから、私は障がいをもつ人に対してもみんなと同じように接し、障がいはその人の

個性として考え、障がいを持つ人と共に生きていきたいと思った。障がいを持っているからと距離を置くのではなく、もっとたくさんの人と関わり、障がいをもつ人といろんな話がしたい、もっとその人のことを知りたいと思えるようになった。障がいをもっていないでももっていないなくても一人の友達としてその人を見ていきたい。



## 認知症の祖母

浜松市立麗玉中学校

三年 中 村 遼 斗

僕の家には九十二歳の祖母がいる。言ったことはすぐ忘れるのに加えて、何かを祖母が持つていくと戻ってこない。そんな典型的な認知症だ。しかしこのときはまだ認知症と疑ってはいたものの、病院で診察をしてもらったわけではないので、確実に認知症とは言い切れなかった。うちの家庭は母子家庭で夜遅くまで母は帰ってこない。そのため祖母の分の食事と自分の食事は自分で準備する必要があった。とはいえ母もこのときはまだそこまで長い時間働いてこなかったし、祖母もまだ物忘れが激しい程度だったためそこまで苦痛ではなかった。しかし時間が経つにつれて祖母の状態は悪化していった。同じ行動を二回する。勝手に家の外に出ていってしまう。そして何よりよく泣くようになった。病院に行ったところ、初めてこれらが認知症の症状だとわかり、祖母はついに認知症だと明らかになった。それ以降の生活は地獄だった。母は祖母が認知症になったことで訪問ヘルパーをつけることとなり、更に仕事をするようになったため遅い日は二十二時頃に帰ってくるようになってしまった。そのため、寝るまでの間祖母の介護を行っていた。祖母はほぼ毎日泣いており、泣いているときは何を言っ

でも聞かないため対応に困った。時折転んで立ち上がることでできないときもあった。自分で立ち上がれるからいいよなんて言うけど、立ち上がれるはずがないから倒れるたび起き上がらせた。そんなことが続くうちに母や周りの人が僕を心配するようになった。それから少しした頃祖母が転倒し、骨折した。祖母は病院に入院することとなった。みんな心配していたけど僕は内心とても嬉しかった。ついにあの祖母が家からいなくなると思うだけでとても気が楽になった。そんな自由になった日から孤独の日々が始まった。一人で夕食を食べる。どんな料理もきつと美味しく感じなかったと思う。祖母は確かに邪魔だったかもしれないけど、家族の一員で大切な存在だったのかもしれないとそのとき初めて実感した。

どんな人にも生きる意味があるということを叩き込まれた気がした。

しかし自分の中の祖母嫌いは治らなかった。祖母は病院で看護師にスマホを借りて、親のスマホに対して頻繁に電話をかけてくるようになった。母と祖母の会話は聞いているだけでイライラして、その場から離れたくなってしまふ。結局は大切だと思っても、泣きわめいて、転んで、助けを求めてくる祖母の姿を思い出して苦しくなっていたのだと思う。

さらに入院してから二ヶ月がたった。ある程度治療を受けた祖母は病院から退院して別の施設へ移動することとなった。その施設は面会がなかなかできない施設で距離も遠いため、もう二度と祖母には会えないかもしれないと母に言われた。そこで退院の日、僕は最後に祖母と会う機会かもしれないので病院に向かった。午前九時、病棟東館三階、エレベーターから足を踏み出した僕の頭には、きっと祖母は僕のことを忘れ去っているだろうという考えがあった。認知症が日々重症化しているのは母

から聞いていたため、もはや祖母の子どもである母の名前ですら忘れてしまっているのではないかと思っていたくらいだ。面会の記入用紙に自分の名前を記入し祖母の元へと向かう。祖母は部屋にはおらず、テレビの置いてある広間にいた。

そこで僕は二ヶ月ぶりに会う祖母を見て衝撃を受けた。階段すら普通に登っていた元気な祖母の姿はそこになく、痩せきっていて車椅子に縛り付けられてしまっている祖母がそこにいた。なにか胸がギューッと締め付けられるのを感じた。近づくとも祖母が僕の名前を言った。

驚いた。とても驚いたがそれ以上に祖母に対して自分はなんてことを思っていたんだろうという気持ちさがさらに僕の胸を締め付けてきた。大嫌いな祖母。でも覚えていてくれて、こんなつらい思いをしている祖母。あんな苦しい生活を終えて僕は祖母に対して好きとは言えない。でも心優しい祖母に大嫌いというのは間違っていると思った。どんなお年寄りでも、どんなに小さい人でも、障がいを持っている人も、どんな人でもなにかのために日々頑張っている。この出来事で僕はそう感じた。なぜ生きていくのか、どうやって生きていくのか僕にはまだわからない。でもきっと祖母には自分の生き方と生きる意味が見えているのだと思う。そんな彼らを僕は尊敬して生きたい。

勇気をもって

学校法人日本体育大学浜松日体中学校

一年 波多野 杏 奈

いじめって何のため？いじめをして何になるの？何が楽しいの？誰が喜ぶの？でも、これだけは知っている。被害者も加害者も、みんなつらい。私は被害者も加害者も経験したことがある。だからこそわかる。いじめは怖いし、あってはならないものだ。

二年前のある日、同じクラスの男の子が声をかけてきた。その子は笑うと頬が少し赤くなるかわいらしい子だった。猫を飼っているという共通点を見つけ、仲良くなった。その子と話していると話がよくなるはずで、もっとも話したいなという気持ちになった。一緒に楽しい学校生活が送れると思っていた。あの頃の私は、いじめを知らなかったから。

次の日、学校に行くと、たくさんの男の子たちがその子の周りを囲うように立っていた。私は「気の合う友達ができたのかな。よかったな」と思った。でもすぐに気づいた。その子の瞳が物語っていたから。いつものきらきらと輝いている目がまるで暗闇のように悲しげだった。今すぐその子のところへ駆けつけたかった。A君を傷つけたやつを怒鳴りつけてやりたかった。A君が何をしたの？そう

言いたかった。でも言えなかった。A君が私に気づき、その悲しい目で見つめてきた。目をそらして見て見ぬふりをしてしまった。私は心の中でずっと言い訳をした。「ごめんね。助けてあげたい。本当は助けたいけど、私も怖いから。私もいじめられるかもしれないから。だからね。だから…」そうやって意味のない言い訳を繰り返して。今まで、加害者はひどい、なんて言っていたくせに、私も加害者と変わらないじゃん。悪口を言う人だけが加害者ではない。何も言わずにその場にいる人だって、見て見ぬふりをする人だって、みんな加害者。だから私も加害者。私はこれ以上この場にいたくなかった。そして教室を飛び出して行った。

私には昔同じようなことがあった。仲の良い友達が悪口を言われていて、私は我慢できず「やめてあげなよ。それっていじめだよ？先生に言ってみんなを解決しようよ。」と言った。最初は人助けをした自分が誇らしかった。でもそのせいであんな目に遭うとは思っていなかった。友達と教室に戻ると、みんながこっちを見てるのがわかった。そして誰かがつぶやいた。

「知ってる？○○ちゃんのこと庇ったからってヒーロー気取ってるらしいよ。キモすぎ。」私は一瞬頭が真っ白になった。今にも泣きそうになった。でも泣いたら私の負けだ。誰か寄り添ってくれる人がいるはずだ。そう信じて周りを見渡した。友達と目が合った。友達はすぐに顔をそらして見て見ぬふりをした。辛かった。誰も助けてくれないんだな。「一生友達だよ。大好きだよ。」そう言ってくれたのに、結局言葉だけじゃん。友達なんてそんなもんか。いつもは仲良くするのに、自分が危険だと感じたなら捨てる。なんでそんなに軽いんだらう。私は友達が大切だから、自分がいじめられるとしても助ける…。

ずっとそう思っていた。それなのに、私はA君を助けなかった。自分のために見捨てたのだ。私はなぜか自分が悪口を言われた時より打ちのめされた。今からでも遅くない。教室に戻るだけ。戻るだけに、勇気が出なかった。だって、もしかたあんな目に遭ったら？みんなからの冷たい視線を受け、泣くのを堪える。もうあんな辛い場面に戻りたくない。このままだったら、あの時私を見捨てた友達と変わらない。きっとA君は私を待っていてくれるはず。私があの時、誰かが助けてくれると信じていたように。

いじめはなぜ起きるのだろうか。きっと世界中の人が同じ見た目で同じ性格だったら、いじめは起きないだろう。でも人はみんな違う。性別、人種、年齢、容姿、宗教……。それを認め合うことが人権を尊重することなのだと思う。一人の力では難しいかもしれない。でもその一人一人みんなが人権を守る努力をすればきっといじめは減っていくと思う。

それでもやっぱり、自分と違う人間を攻撃することで自分の身を守るという「いじめ」をやめない人はいなくならないかもしれない。そんな時に何ができるか。いじめられている子を助ける勇気を持つ、行動にうつすことで社会は変えられるのではないか。

冷静になって考えてみる。今私に何ができる？私がいじめられるかもしれないから助けない？さっきまでの考えがバカらしくなる。でも大丈夫。今なら間に合う。大丈夫。少し口角を上げ、深呼吸。

さあ行こう。私はヒーローだから。ヒーロー気取りするのは悪いことじゃないから。ガラガラという音と共に教室の光が差し込んだ。

## 奨励賞

### 誰もが生きやすい世の中へ

掛川市立大須賀中学校

三年 宇津山

楓

私は昔から人と関わるのが苦手だ。自分から話しかけることは、得意ではなくて黙り込んでしまうことが頻繁にあった。人それぞれ人と話すのが好き、苦手とあるだろう。それでも、優しく見守ってあげて欲しい。そう思えるのは私が話せない立場に居た経験があるからだ。小学校の六年間「特別支援学級」という少人数クラスで過ごして来た。そのクラスでは、自分のペースに合わせて勉強をしたり自分で好きなように過ごせることで私は自分らしく学校生活を送っていたし他の学年の子と一緒に過ごすことが増え、自然と楽しくなった。決まった教科の授業の時は、自分の学年のクラスに行つて徐々に人と関わることを増やしていった。

そうしていくうちに、クラスの人の視線が気になったり、「あの子と関わりたくない。」と陰で思われることが怖くなり、学校を休む日が増えたりもした。学年が上がると、私は人と関わるのが、更に辛くなった。周りの人からは何も相手にされなくて、いつしか私は学年のクラスで孤立するようになっていった。自分から話しかけれない私にとって、その時はどうしようもなかった。誰にも相談出

来ず、ただ苦しい日々を過ごした。私はその時生きづらいと感じた。人は皆弱い者を狙いたがる。はじめ、悪口なども。普通に過ごしたいだけなのに相手の顔色を気にし、気遣ってしまう。そういうことから、人は生きづらいと感じてしまうのだろう。

けれど、生きづらいと感じなくなった一年間があった。小学六年生の頃だった。とある男性の先生と出会えたことで「私は一人じゃない」と気付いた。それから少しずつペア活動の時に、「一緒にやろう」そう声をかけてくれることがあった。私もちょっとでも良いから話しかけてみようと思いが沸いたので。「勇気を出して前に進めば良いことがある」本当にそう実感した。今までの私は、失敗するのではないかと恐れて不安になっていた。そんな自分が嫌になり、「なんで自分は人と関わるのが苦手なのか」と何度も思うようになってしまったが、六年生の一年間を通して「もっと前を向かない」という気持ちになった。そこで決めたのが、「中学では普通のクラスで過ごす」ということだ。私にとって大きな決断だった。正直、心配なことの方が多かった。担任の先生に背中を押して貰えたことで、自信を持って入学出来た。クラスの人と同じペースで勉強をし、生活することに最初は戸惑った。だが、小学校とは大きく違うことがあった。それは、話しかけてくれることが最初から多かったこと。ペア活動の際に声をかけることが出来ない私をそのままにしておくのではなく、「やろう」と言ってくれる姿に優しさを感じた。それから、中学三年の今現在まで過ごして来て、確実に私をクラスメイトとして見てくれるような気がした。その時「私は幸せな生活を送ることが出来ている」そう思えるようになったのだ。

人間は、好きなこと、苦手なことがあって当たり前だ。なのに、苦手なことを馬鹿にしたりけなし

たりすることは間違いだと思う。たった一つの言葉や行動で生きづらくさせているのかもしれない。だからこそ、話すことが苦手な人のことを悪く思わないで欲しい。一人一人の行動が生きやすい世の中へと変わっていくと私は思っている。

自分の経験を通して、「人権」の大切さに改めて気付いた。世の中には、私のように話すことが苦手な人が居る。「話すことが苦手なら関われない」そう思うのではなく、まずはサポートをしてあげて欲しい。誰もが幸せで生きやすく、笑顔が増える世の中になれるように願いながら、これからも前向きに生きていこうと思う。



奨励賞

「ハンデ」があったとしても

袋井市立袋井中学校

三年 寺岡 由奈

皆さんは、「障害」や「病気」という言葉を聞いて、どんなことを思い浮かべますか。私がこれらの言葉を聞いて最初に思い浮かべるものは「個性」です。しかし、その個性を理由に差別をする人が世の中にはたくさんいます。私は、このような病気や障害を理由とした差別が、世の中からなくなるというと考えています。

病気や障害は、その人の個性。そう思うことができるようになったのには、いくつかの出来事があったからです。

私には、小さい頃から持病があったため、大きな病院に通院することが当たり前になっていました。その病院には、いろいろな病気を抱えた患者さんがたくさんいました。寝たきりの子、言葉を上手く使うことができない子。はじめは、その子たちに近づくのが怖く、自分も障害のある人は健常者とは違うと思ってしまっていました。しかし、お医者さんや看護師さんが患者さん一人ひとりに寄り添って話しかけている姿を見て、病気や障害をもっていてもみんな同じ人間なんだと思えるようになりました。

また、自分も病気をもっていったことで、嫌な思いをしたこともありました。それは小学二年生の頃、地域の学童クラブに通っていたときのことです。当時私は入院・手術を終えて、学校や学童に戻り始めた頃でした。学童には、私と同じように病気を抱えた子はほとんどいませんでした。キャッチボールをしたり、走り回ったりみんなが自由に過ごしていました。しかし、手術を終えたばかりの私にとっては、学童での生活が怖くてたまりませんでした。ボールが当たって悪化したらどうしよう。毎日不安な日々でした。このことを学童の先生に相談したところ、思ってもいなかった返事が返ってきたのです。

「病気が心配なら、他のクラブに行ったらどうですか？」

先生はきくと、私が少しでも安心して過ごせるようにと考えて提案してくれたのだと思います。しかし私には、もうここには来ないでほしいというふうに聞こえてしまいました。どうして病気を理由にして、他の友達とは違う対応をされるのだろうか。この経験を通して、病気や障害を理由に人を差別したり決めつけたりすることは、その人の自分らしく生きる権利を奪うことと同じだと思ってしまうようになりました。

さらにもう一つの出来事があったことで、病気や障害はその人の個性だと思えるようになってきました。私には、障害をもって生まれてきた親戚がいました。寝たきりで歩くことができず、言葉話すことさえ難しい子でした。私も障害をもった子と関わるのが初めてだったため、はじめはどう関わった方がいいのか、どう話しかけるのが正解なのか、まったく分かりませんでした。

ある年のお正月、家族や親戚で集まったときのことです。おばあちゃんが、こども達にお年玉を配っ

ていました。もちろん、障害のある親戚にも同じように配っていました。そのときおばあちゃんは障害のある親戚に対して、優しくゆっくり

「お年玉どうぞ。」

と言ってお年玉を渡していました。お年玉をもらった親戚は、笑顔で声を出していました。その瞬間、その場にいた全員が一気に笑顔になりました。障害があったとしても、みんなと同じように感謝の気持ちをもち、言葉で伝えたいという思いは変わらないんだと実感することができました。

それから数年後、その親戚は亡くなってしまいました。お葬式に行ったときに見た、笑顔で写っている親戚の写真が今でも忘れられません。このとき私は、障害があっても健常者と同じように生きて、同じように気持ちを伝えることができると改めて実感しました。

人は皆平等。全員が、生まれながらにして自分らしく生きる権利をもっています。病気があるから、障害があるから、健常者とは違う。私はこのように考えるのではなく、病気や障害はその人の個性。病気があったとしても、障害があったとしても皆同じ人間。病気や障害はちょっとしたハンデ。ハンデがあるだけで、他の部分は全員一緒。というふうに考えていきたいです。

あなたは障害があるから、やってはいけない。というふうに他人が判断する権利はどこにもないと思っっています。一日でも早く、世の中から差別がなくなり、「個性」をもっている人も、もっていない人も、全員が安心して生活できる社会にしていきたいです。そのためにはまず、自分には何ができるかをじっくり考え、実行していきたいです。

全員が自信をもって、個性の花を開花できる日がやってきますように。

# ひとりで悩まず相談してください。

## 〈人権相談受付窓口〉

### ○常設相談所

静岡地方法務局人権擁護課

(静岡市葵区追手町 9 - 5 0 TEL 0 5 4 - 2 5 4 - 3 5 5 5)

静岡地方法務局沼津支局

(沼津市杉崎町 6 - 2 0 TEL 0 5 5 - 9 2 3 - 1 2 0 1)

静岡地方法務局富士支局

(富士市中央町 2 - 7 - 7 TEL 0 5 4 5 - 5 3 - 1 2 0 0)

静岡地方法務局下田支局

(下田市西本郷 2 - 5 - 3 3 TEL 0 5 5 8 - 2 2 - 0 5 3 4)

静岡地方法務局浜松支局

(浜松市中央区中央 1 - 1 2 - 4 TEL 0 5 3 - 4 5 4 - 1 3 9 6)

静岡地方法務局掛川支局

(掛川市亀の甲 2 - 1 6 - 2 TEL 0 5 3 7 - 2 2 - 5 5 3 8)

静岡地方法務局藤枝支局

(藤枝市青木一丁目 4 - 1 TEL 0 5 4 - 6 4 1 - 1 1 5 8)

静岡地方法務局袋井支局

(袋井市袋井 3 6 6 TEL 0 5 3 8 - 4 2 - 3 5 4 5)

※以上の場所では、面接及び電話による人権相談を受付けています。

### ○電話による常設相談

こどもの人権 110 番 < 0 1 2 0 - 0 0 7 - 1 1 0 フリーダイヤル >

みんなの人権 110 番 < 0 5 7 0 - 0 0 3 - 1 1 0 >

### ○法務局 LINE じんけん相談 検索 ID : @linejinkensoudan

### ○インターネット人権相談

<http://www.jinken.go.jp/>

インターネット人権相談 



人KENまる君



人KENあゆみちゃん

人権イメージキャラクター

相談受付時間は、土曜・日曜・祝日を除く午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分までです。

インターネットによる人権相談は 24 時間受け付けています。

相談は無料で、法務局職員及び人権擁護委員がお受けします。

秘密は守られますので、ご安心ください。

## こどもの人権 110 番

ぜろぜろなの ひゃくとおぼん

# 0120-007-110 (全国共通・無料)

インターネット  
人権相談受付



LINE  
じんけん相談



ケータイでも相談できるよ。左のQRコードをバーコードリーダーで読み込んで接続してね。



人権イメージキャラクター  
人KENあゆみちゃん

<http://www.jinken.go.jp/>

## 令和七年度後援団体

静岡県教育委員会

静岡県私学協会

静岡新聞社・静岡放送

NHK静岡放送局

静岡市教育委員会

浜松市教育委員会

清水エスパルス

ジュビロ磐田

藤枝MYFC

アスルクラロ沼津

令和8年2月印刷

令和8年2月発行

発行者 静岡市葵区追手町9番50号

静岡地方法務局

静岡県人権擁護委員連合会

印刷所 静岡市駿河区中原746番の1

池田屋印刷株式会社

本文文集は、以下のURLからダウンロード可能です。

URL : [https://houmukyoku.moj.go.jp/shizuoka/page000001\\_01703.html](https://houmukyoku.moj.go.jp/shizuoka/page000001_01703.html)

禁無断転載

本文文集掲載作品の著作権は、コンテスト主催者に帰属しています。

広報紙掲載、学校教材で使用するなどの場合は、下記にご連絡ください。

連絡先 静岡地方法務局人権擁護課 (TEL 054-254-3555)



人権イメージキャラクター  
人KENあゆみちゃん



人権イメージキャラクター  
人KENまもる君